

# MAS O QUE É MESMO ARTETERAPIA?

Angela Philippini

## RESUMO

A autora conceitua Arteterapia, descrevendo estratégias terapêuticas básicas e destacando alguns benefícios deste trabalho terapêutico. Estabelece as conexões entre produção simbólica e individuação, enfatizando o papel das manifestações artísticas como documentários psíquicos, tanto no nível individual como coletivo. Localiza como funções do arteterapeuta acompanhar e ser guardião do processo criativo, cooperando assim com formas de ampliar a humanização, e de buscar e construir alternativas para as aceleradas mudanças da pós-modernidade.

## ABSTRACT

The author addresses Arhterapy, describing art therapeutics basics strategies and pointing out some benefits of this therapeutic work. Establishes the conections between individuation and symbolic production, enfathzing the role of artistics manifestations as psiques documentaries envolving individual level as well as the community points as the art therapist functions, to follow and be a guardian of the creative process cooperating this way with forms of accelerated changes.

*“Não se trata de interpretar uma mensagem ou de admirar sua configuração, mas de reconstruir o caminho da pesquisa que permitiu ao autor encontrar ao mesmo tempo, o que tinha a dizer e a maneira de dize-lo...”*

Pain e Jarreau

Existem inúmeras possibilidades de conceituar arteterapia. Uma delas é considerá-la como um processo terapêutico decorrente da utilização de modalidades expressivas diversas, que servem a materialização de símbolos. Estas criações simbólicas expressam e representam níveis profundos e inconscientes da psique, configurando um documento que permite o confronto, no nível da consciência, destas informações, propiciando “*insights*” e posterior transformação e expansão da estrutura psíquica. Uma outra forma de dizer, poderá ser simplesmente terapia através da Arte. Embora seja necessário localizar com muito cuidado, de que é mesmo que se fala, quando se emprega a palavra arte, pois neste contexto, arte referencia – **o processo expressivo** – da forma mais ampla e abrangente que se pode empregá-lo. Não haverá assim, a preocupação estética e com técnicas, sendo privilegiada a possibilidade de expressão e comunicação e o resgate e ampliação de possibilidades criativas.

O universo dominante em arteterapia é o da sensorialidade e da materialidade: texturas, cores, formas, volumes, linhas. E integrar-se e movimentar-se nesse universo requer atenção e preparo.

Um caminho produtivo para facilitar o inicio do processo arteterapêutico pode ser a vida da consciência corporal, dos exercícios de relaxamento das tensões e da colocação da respiração em estágios mais lentos e profundos para facilitar desbloqueios, permitindo mais fluência do processo criativo, pois esta providênciia rebaixa as funções da vigília, permitindo o acesso mais livre à camadas inconscientes. Estes estados

poderão ser ativados também pela criação de ambientes sonoros específicos, com produção e/ou escuta de determinados sons.

Estas são algumas das inúmeras trilhas de entrada neste universo.

As primeiras experimentações plásticas devem oferecer facilidade operacional, para que não sejam agravadas as já naturais defesas e resistências apresentadas no início de qualquer processo terapêutico. As mais comuns em arteterapia são referidas, como: “*Eu não tenho jeito para isso, não sei desenhar, nem pintar, etc*”. Havendo, muitas vezes, o desejo e preocupação de apresentar uma boa performance, pela fantasia de assim “agradar” ao arteterapeuta, de quem se imagina ter a expectativa de bom desempenho estética de seus clientes.

As atividades iniciais devem propiciar um clima de experimentação prazerosa e lúdica, sem exigir desempenhos complexos. Assim, uma boa possibilidade podem ser explorações com gravuras, pois já trazem símbolos bem configurados, onde a expressão se dá pela escolha e composição de grupamentos de imagens, o que apesar de ser tarefa simples, sempre fornecerá mapas muito adequados de aspectos psicodinâmicos, presentes naquele momento, na vida de cada pessoa que as organiza. Outras possibilidades interessantes são manchas, rabiscos, papéis rasgados, uma sutil permissão para a “*não-forma*” uma simbólica comunicação “*você não precisa se preocupar em fazer bonito*”... “*do jeito que sair está bom*”...

Destas primeiras experimentações e configurações simbólicas emergirão dados mais pregnantes, que para serem melhor compreendidos deverão gradativamente ser amplificados pelas estratégias de transposição de modalidades expressivas. Estas providências permitem que um símbolo possa ser explorado e elaborado com múltiplos materiais e possibilidades plásticas. Um diversificado caminho expressivo que pode passar da configuração dos traços através do desenho, para a liberação e fluidez na composição de cores da pintura, ou criação de volume e organização espacial na modelagem, e inúmeras outras formas de experimentação plástica.

Este processo arteterapêutico poderá então, ser complementado pelo rastreamento cultural dos símbolos produzidos, quando vai se buscar registros culturais (mitológicos, religiosos, alquímicos ou em contos e cantos), mapeando estas inserções e compreendendo os significados coletivos para aquele símbolo pesquisado.

A transposição de linguagens expressivas poderá seguir uma graduação que costuma variar do plano bidimensional ao plano tridimensional. Nessas transposições pode-se também observar as modalidades expressivas mais e menos facilitadoras para cada indivíduo, o que será muito útil para o desenvolvimento do trabalho plástico. Deste modo um processo arteterapêutico constitui-se em delicada construção artesanal que resgata, ativa e expande possibilidades criativas singulares.

Nos trabalhos com grupos, em intervalos temporais curtos como em work-shops, por exemplo, é produtivo terapeuticamente poder utilizar como continentes simbólicos, temas ligados à exploração, expansão e transformação do processo criativo. O percurso deste universo é ativado a partir da reflexão sobre questões como:

- *Quem sou eu?*
- *Do que eu necessito?*
- *O que pretendo realizar?*
- *O que devo transformar?*
- *Qual o meu dom ou talento?*

Estas, ou questões similares, funcionam como recursos auxiliares na preparação e estruturação de um espaço criativo interno, uma tarefa essencial para permitir a expressão e produção simbólica mais fluente.

O processo terapêutico é, então, um trajeto marcado por símbolos, que assinalam e informam sobre estágios da jornada da individuação de cada um. Por individuação entenda-se a árdua tarefa de tornar-se um indivíduo (**aquele que não divide face a pressões externas**) e que assim procura viver plenamente, integrando seus talentos, às suas feridas e faltas psíquicas. Trata-se de um processo preferencialmente e predominantemente não verbal. Isto quer dizer que a abordagem e as formas de intervenção, destinam-se ao confronto com conteúdos inerentes a processos psíquicos primários e pré-verbais (que não passam pelo crivo da consciência). A palavra deverá ser usada parcimoniosamente durante o desenrolar dos processos expressivos, pois usada abusivamente, poderá dificultar a descida a níveis mais profundos da psique. Após a conclusão das atividades plásticas, a palavra poderá ser produtiva e bem vinda, desde que já seja possível codificar, de forma consciente e inconsistente, experiências subjetivas às vezes muito profundas. Muitas vezes, a palavra só conseguirá ser usada com adequação, semanas, meses, e algumas vezes anos depois, quando a energia psíquica tiver podido pouco a pouco, percorrer a “*distância*” que separa os processos psíquicos primários, dos processos psíquicos secundários de elaboração simbólica. De todo o modo, porém, antes ou depois da palavra, com ou sem ela, já terá o indivíduo vivenciado dentro de si, aquilo que efetivamente a arteterapia tem de mais benéfico e produtivo terapeuticamente, que é: expressar, configurar, e materializar conflitos e afetos, realizando um conjunto de atos que podemos designar genericamente como: “O FAZER TERAPÊUTICO”.

Este caminho terapêutico de facilitar a expressão da singularidade criativa de cada um faz surgir personagens e possibilidades antes desconhecidos. Dá vez e forma à conflitos esquecidos, afetos represados e talentos desusados.

A descoberta do significado destes eventos psíquicos até então obscuros amplia a possibilidade de estruturação da personalidade e contribui na elaboração de maneiras mais produtivas para a comunicação, interação e o “*estar-no-mundo*”. Deste modo, a criatividade com suas inúmeras faces, é a matéria prima do trabalho em arteterapia. E a origem deste trabalho terapêutico perde-se na noite dos tempos. Desde sempre a Arte, em suas múltiplas manifestações, foi do aspecto individual ou coletivo, um preciso documentário psíquico, profundo e abrangente, e também uma interessante possibilidade de comunicação, transformação e aglutinação nas coletividades.

Cuellar (1997) no documento organizado pela Unesco denominado “Nossa Diversidade Criadora” enfatiza a necessidade das comunidades nutrirem a criatividade de seus membros. As conclusões deste estudo apontam o processo criativo como importante fator a contribuir na construção do desenvolvimento auto-sustentável, e na criação de saídas e soluções originais para as aceleradas mudanças que precedem a entrada no Terceiro Milênio.

*Aos arteterapeutas, acompanhantes e guardiões que são do processo criativo, vale lembrar Surian et Alli (1996) “é necessário estar continuamente fecundado a utopia, na tentativa de responder sempre com novo ânimo a pergunta: o que mais nos falta neste momento para a nossa humanização?”*

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

**ABRAHAM, R et Alli** – Caos, Criatividade e Retorno do Sagrado, Trialogos nas Fronteiras do Ocidente – Tradução de Newton Roberval Eichenberg – Cultrix Pensamento – SP – 1992

**BYINGTON, C.A.B.** – Pedagogia Simbólica, A Construção Amorosa do Conhecimento do Ser – Rosa dos Tempos – RJ – 1996

**CUELLAR, J.P. (org)** – Nossa Diversidade Criadora (Relatório da Comissão Mundial de Cultura e Desenvolvimento da Unesco) – Tradução de Alessandro Warley Candeas – Papirus – SP – 1997

**PAIN, S. e JARREAU, G.** – Teoria e Técnica da Arteterapia – A compreensão só sujeito – Tradução de Rosana Severino Di Lecone – Artes Medicas - Porto Alegre – 1996

**PHILIPPINI, A.** – Arteterapia, um Caminho in Revista Imagens da Transformação – Vol. I – Luz Azul – MG – 1994

**PHILIPPINI, A** - Universo Junguiano e Arteterapia in Revista Imagens da Transformação – Vol. II - Clinica Pomar – RJ – 1995

**PHILIPPINI, A** – A criação de espaços criativos através do processo arteterapêutico in Revista Imagens da Transformação – Vol. II- Clinica Pomar – RJ – 1997

**PHILIPPINI, A** – Tecendo Redes através a da Criatividade in O Aprendiz - Ano 1 - n° 001 – Jornal da Casa do Aprendiz – RJ – 1998

**SURIAN et Alli** – A Mística do Animador Popular – Caderno de Religião e Cidadania – Atica – SP – 1996

*Publicado originalmente no Volume V da Coleção de Revistas de Arteterapia  
“Imagens da Transformação” – Pomar - 1998*

**Angela Philippini** é arteterapeuta, artista plástica, Mestre em Criatividade pela Universidade de Santiago de Compostela (Espanha), editora da coleção de Revistas de Arteterapia “Imagens da Transformação”, autora do livro de arteterapia “Cartografias da Coragem”, organizadora do livro “Arteterapia: Métodos, Projetos e Processos”, coordenadora da Pós-Graduação Lato Sensu em Arteterapia em convênio Pomar – ISEPE.

*E-mail: [pomar@alternex.com.br](mailto:pomar@alternex.com.br)*